

Uusi alkoholifysiologiaa käsittelevä kirja

Alkoholifysiologia: alkoholin vaikutukset elimistöön ja terveyteen. Toimittaneet Kalervo Eriksson ja Olof Forsander. Oy Alko Ab, Helsinki 1977, 143 sivua

Jokunen aika sitten olin tilaisuudessa, jossa tarjottiin alkoholia. Muuan henkilö maisteli lasistaan ja kyseli minulta:

— Kuule, eihän tää vaikuta, eihän tää vaikuta?!

— No, mitäs juot, jos ei se kerran vaikuta?

Tottakai kaikki se, mitä nautimme, vaikuttaa jollakin tavalla: terveyttämme tukien, edistään tai sitä vahingoittaen, tuhoten.

Mielenkiinnolla otin käteeni Kalervo Erikssonin ja Olof Forsanderin toimittaman kirjan Alkoholifysiologia. Mielenkiinnolla siksi, että raittiustyössä on jatkuva pula sellaisesta aineistosta, joka uutisarvolla pystyy syrjäyttämään ihmisten senhetkiset, mieltä askarruttavat kysymykset niin, että he hetkeksi jäävät kuuntelemaan. Ketään tuskin kiinnostaa, mitä tapahtuu ehkä 10—12 vuoden päästä — varsinkin kun alkoholismi henkilökohdaisena ongelmana ei näytä mitenkään todennäköiseltä. Sen sijaan useimpia tuntuu kiinnostavan alkoholin senkertainen vaikutus, miten alkoholi juuri nauttimisen jälkeen vaikuttaa elimistöön, esim. keskushermostoon, ääreishermostoon, aivoihin, solun tasapainoon.

Tämän hetken suuri riskiryhmä on käsitykseni mukaan ns. viikonloppukäyttäjät. Ei sen paremmin nuorille kuin vanhemmillekaan tunnu vaihte kääntyvän vapaalle ilman kirkasta. Osa heistä pyrkii eroon turhasta tottumuksesta, niin kauan kuin se vielä on mahdollista, osa yrittää pitää käyttöä jonkinlaisissa rajoissa ja osa vajoaa yhä runsaampaan

käyttöön. Ja heitä kiinnostaa juuri kysymys elimistön turvamarginaalista, ts. siitä miten pitkään ja miten paljon voi käyttää alkoholia, ennen kuin sen tuhoiset vaikutukset alkavat näkyä, haitata työntekeä ja normaalia elämää.

Ehkäisevän raittiustyön kannalta koin erittäin mielenkiintoiseksi mm. seuraavat kirjoitukset:

Alkoholin vaikutukset maksan aineenvaihduntaan

Alkoholin vaikutus koko elimistön aineenvaihduntaan

Alkoholi ja lääkkeet

Alkoholi sairauksien osatekijänä

Alkoholin käytön hermostolliset haittavaikutukset

Krapula

Alkoholi ja ravitsemus

Alkoholihumala ja suorituskyky.

Kirja koostuu eri kirjoittajien artikkeleista, joissa monelta eri taholta lähestytään alkoholikysymystä. Kirjoittajat ovat asiantuntijoita ja myös asiansa taitavia henkilöitä. Siksi teksti onkin sisällöltään vankkaa, sanonta sujuvaa, jopa tyylikästä, ja joissakin kohdin vilahtaa lisäksi hippu huumorin kultaa. Itsestään selvien tosiasioiden todistelua ei myöskään esiinny, paria pientä poikkeusta lukuun ottamatta.

Mielenkiinto, jota olin tuntenut kirjaa kohtaan, säilyi vielä lasketuani sen kädestäni, sillä kirjasta näytti löytyvän sitä tietoa, jota juuri tällä kertaa tunnen tarvitsevani tiedottavassa raittiustyössäni. Ja suorastaan järkyttävää oli — taas kerran — havaita alkoholin ja mielenterveyden häiriöiden yhteenkuuluvuus. Tietenkin kirja sisältää myös alkoholia koskevan perustietoaineksen, ja näinhän pitää ollakin siitä huolimatta, että kirja on tarkoitettu ammatti-ihmisten käyttöön. On asialle avuksi, että työpöydällä on kirja, josta nopeasti saa tarvitsemansa tiedot. Paitsi minulle myös monille muille raittiustyössä mukana olleille henkilöille uskon olevan apua ja hyötyä Alkoholifysiologia-kirjasta.

Annikki Lumme

Kansainvälinen alkoholitilasto valmistunut

Tarkkoja ja kansainvälisesti vertailukelpoisia alkoholitilastoja on jo pitkään kaivattu tutkijoiden ja päätöksentekijöiden piirissä. Maailman Terveysjärjestön yleiskokouskin edellytti eräässä päätöslauselmassaan alkoholitilastojen kehittämistä. Tällainen kansainvälinen alkoholitilasto onkin nyt valmistunut Alkoholitutkimussäätiön, Alkon ja Maailman Terveysjärjestön Euroopan osaston yhteistyönä. Julkaisun nimi on *International statistics on alcoholic beverages: production, trade and consumption, 1950—1972*.

Kirjan valmistuminen vei neljä vuotta, mikä osaltaan kuvaa työn vaikeutta. Hajanaisten ja epätäydellisten kulutus-, tuotanto- ja kauppatilastojen kokoaminen sekä niiden muokkaaminen vertailukelpoiksi vaati lisäksi erillisen 139 maahan kohdistetun tilastokyselyn suorittamista. Kirjassa selvitetäänkin kansainvälisen tilastointityön metodisia ja teknisiä ongelmia tällä erikoisalalla. Lisäksi johdantoluvussa kuvataan työssä käytettyjä lähteitä.

Kirjan tilastollisessa osassa kuvataan oluen, viinin, siiderin ja hedelmäviinin sekä tislattujen juomien tuotantoa, kulutusta ja ulkomaankauppaa sekä annetaan muutamista maista yksityiskohdaisia tietoja alkoholijuomien tarjonnasta ja käytöstä. Kirjassa arvioidaan myös eri maanosien ja koko maailman osalta alkoholijuomien kokonaistuotantoa. Tämä arvio osoittaa, että oluen tuotanto maailmassa kasvoi 1960—1972 41 000 miljoonasta litrasta 67 000 miljoonaan litraan. Väkevien juomien tuotanto kasvoi samana aikana 1 600 miljoonasta litrasta 2 600 miljoonaan litraan. Viinin tuotanto kasvoi paljon vähemmän. Alkoholijuomien kokonaistuotanto on kas-